

**Фетучини с тигровыми
креветками, цукини
и томатами в сливочном
соусе**

Сложность: **средняя**



В инструкции

1 порция

Время
приготовления

15 минут

Масса нетто

450 гр.

Пищевая ценность
на 100 гр. продукта

белки 6,9 гр.

жиры 8,6 гр.

углеводы 10,6 гр.

калории 157 Ккал.

Инвентарь
для приготовления:

- разделочная доска
- кастрюля средняя
- поварские щипцы
- овощечистка "экономка"
- дуршлаг
- сковорода
- лопатка
- ложка
- нож

Дополнительные
ингредиенты:

- соль
- черный перец
- масло растительное



Состав набора:



Сливки



Масло
оливковое



Белое
сухое вино



Сыр пармезан
тёртый



Креветки
тигровые



Лук
репчатый



Томаты
черри



Чеснок



Руккола



Цукини



Фетучини

Кинза
Маркет

▶ Посмотрите
видеоинструкцию на сайте
kinzamarket.ru

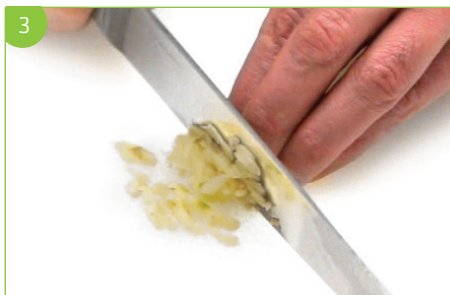


Поднесите смартфон к QR коду
уместив весь квадрат кода
в камеру, произойдет
считывание кода.

Инструкция по приготовлению



1. В кипящую подсоленную воду опустите фетучини. Варите фетучини до готовности по Вашему вкусу. Чтобы сварить фетучини Al dente (чуть не доваренные), как это делают в Италии, достаточно 5 минут. Откиньте готовые фетучини через дуршлаг и полейте их оливковым маслом.



3. Таким же образом нарежьте чеснок.



2. Нарежьте лук мелким кубиком.



4. Томаты черри разрежьте пополам.



5. Креветки разрежьте вдоль по спине.



6. При помощи овощечистки “экономка” нарежьте цуккини на тонкие ленты.



8. Через минуту добавьте готовые фетучини в сковороду, и аккуратно перемешайте их с содержимым. Еще через минуту снимите сковороду с огня.



9. В центр тарелки, закручивая поварскими щипцами, выложите пасту.



7. Разогрейте на сковороде 3 столовые ложки растительного масла. На сильном огне обжаривайте нарезанный лук, чеснок и нарезанные креветки, непрерывно помешивая. Через 30 секунд добавьте в сковороду вино и, помешивая, выпарьте из него алкоголь. Примерно через 1 минуту убавьте огонь до среднего и добавьте цуккини, нарезанные лентами. Перемешайте. Через 30-40 секунд добавьте сливки. Опять все тщательно перемешайте. Через минуту добавьте половину тертого сыра пармезан, разрезанные томаты черри, приправьте солью и перцем и вновь перемешайте. Убавьте огонь до минимума, и постоянно помешивая, варите соус 3 минуты.



Сверху посыпьте готовое блюдо тертым пармезаном и украсьте листиками рукколы.

Наслаждайтесь!